



GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

# Family Learningprojektets betydelse för deltagarnas känsla av sammanhang och sociala kapital

- en kvalitativ intervjustudie bland deltagare och ledare

Författare: Anna Beata Brunsell och Jessica Gustafson

Program: Folkhälsovetenskapligt program 120 poäng  
Examensarbete i folkhälsovetenskap VT 2007

Omfattning: 10 poäng

Handledare: Annika Jakobsson

Examinator: Gösta Axelsson

---

Sahlgrenska akademien  
Enheten för socialmedicin

# Förord

Vi vill tacka alla deltagare och ledare inom Family Learningprojektet som möjliggjort vår c-uppsatsstudie. Ert engagemang och deltagande har inspirerat oss och gett den kunskap vi behövde för att genomföra vår studie. Tack att vi fått ta del av era tankar och berättelser om vad Family Learning betyder för er.

Särskilt tack till projektledare Barbro Paget som bistått med tid, goda råd och information om projektet.

Ett stort och varmt tack vill vi rikta till vår handledare Annika Jakobsson för tålmodig och konstruktiv handledning. Det stöd vi fått har betytt mycket för oss genom hela uppsatsprocessen.

Svensk titel: Family Learningprojektets betydelse för deltagarnas känsla av sammanhang och sociala kapital  
– en kvalitativ intervjustudie bland deltagare och ledare

Engelsk titel: The Family Learning project's impact on the participants' sense of coherence and social capital  
- a qualitative interview study among participants and leaders

Författare: Anna Beata Brunsell och Jessica Gustafson

Program: Folkhälsovetenskapligt program 120 poäng  
Examensarbete i folkhälsovetenskap VT 2007

Omfattning: 10 poäng

Handledare: Annika Jakobsson

Examinator: Gösta Axelsson

---

## Sammanfattning

Syftet med vår studie var att undersöka hur det sociala kapitalet och känslan av sammanhang kan påverkas och utvecklas inom Family Learningprojektet och hur detta påverkar närområdet och individernas hälsa. Vi genomförde en kvalitativ fokusgruppsintervjustudie bland deltagare och ledare på Family Learning center i Backa, Göteborg. Family Learning är ett projekt där man arbetar över generations- och nationalitetsgränser. Mot denna bakgrund valde vi att studera två för hälsans sociala bestämningsfaktorer viktiga begrepp, socialt kapital och känsla av sammanhang. Dessa två begrepp valdes då vi ansåg oss kunna täcka både individuella och mellanmännsliga aspekter på sociala relationer och hälsa. Fokusgrupperna bestod av 4-6 deltagare. För att analysera intervjuerna använde vi oss av innehållsanalys. Vi identifierade meningsbärande enheter, kondenserade dessa för att slutligen kategorisera dem och dela in dem i teman. De teman som framkom var livskunskap, social interaktion och hälsofrämjande egenskaper. Dessa tre teman ansåg vi indikerade på att Family Learning påverkar och utvecklar socialt kapital och känsla av sammanhang hos deltagarna. Därför kan Family Learning vara av betydelse för deltagarnas hälsa och för närområdet.

Nyckelord: *Känsla av sammanhang, socialt kapital, fokusgruppsintervjuer, hälsa, Family Learning*

# Abstract

The purpose of this study is to investigate how the social capital and the sense of coherence could be affected by "The Family Learning project" and how this affects immediate surroundings and the health of the individuals concerned. A qualitative focus group study, based on interviews, was conducted among participants and leaders at The Family Learning Center. The Family Learning Center is a project reaching over generations and ethnicities. Two factors vital for the social health determinants were chosen – social capital and sense of coherence. These two concepts were chosen because they can cover aspects on social relations, both on a interhuman and individual level. The focus groups consisted of 4 – 6 participants. When analysing the data from the interviews the method of content analysis was employed. Meaning units were formed, condensed and finally categorized into themes. The themes that were crystallized were knowledge of life, social interaction and health promoting properties. We deem that these themes indicate that Family Learning affects and further develops the participants' social capital and sense of coherence. Thus, we find Family Learning to be of importance for the participants' health and for the centers immediate surroundings.

Keywords: *Sense of coherence, social capital, focus group interviews, health, Family Learning*

Inledning .....	1
Bakgrund.....	1
Känsla av sammanhang, teori, begrepp och mätning.....	2
Känsla av sammanhang ur ett gruppnivåperspektiv.....	3
Känsla av sammanhang, hälsa och forskningsläget idag .....	3
Det sociala kapitalets historiska bakgrund.....	4
Socialt kapital, teorier, begrepp och definitioner .....	4
Socialt kapital och hälsoeffekter .....	5
Forskning om socialt kapital och hälsa idag .....	6
Family Learningprojektet och Backa.....	6
Syfte .....	8
Metod .....	8
Urval .....	8
Datainsamling .....	9
Analys .....	10
Etik.....	10
Reliabilitet och validitet.....	10
Resultat.....	11
Livskunskap.....	11
Förståelse för andra .....	11
Fördomar .....	11
Kunskap .....	12
Social interaktion .....	12
Mötesplats .....	12
Ytliga nätverk.....	13
Djupa nätverk.....	14
Familjeband .....	14
Integration .....	15
Hälsofrämjande egenskaper .....	15
Socialt utbyte .....	15
Självkänsla .....	16
Stöd och tillit.....	17
Påverkan på närområdet.....	17
Deltagande i Family Learning .....	18

Diskussion.....	18
Metoddiskussion .....	18
Resultatdiskussion .....	20
Livskunskap, känsla av sammanhang och socialt kapital.....	20
Social interaktion, känsla av sammanhang och socialt kapital .....	21
Hälsofrämjande egenskaper, känsla av sammanhang och socialt kapital.....	23
Vidare frågeställningar.....	24
Konklusion.....	25

Referenser .....	26
------------------	----

## Bilaga

Frågemall till fokusgruppsintervjuer

# Inledning

Under vår utbildning i Folkhälsovetenskap har vi utvecklat ett intresse och en förståelse för hälsans sociala bestämningsfaktorer. Inför vårt examensarbete tog vi kontakt med Family Learning, som är ett projekt i stadsdelen Backa, i Göteborg. Syfte är att samla människor och ge ett lärande över nationalitets- och generationsgränser. Tanken är att projektet ska fungera som ett avstamp för vidare studier eller arbete samt som en hjälp till integrering i samhället. Vi ville studera om människor kunde utveckla sina sociala relationer inom Family Learning. Det skulle vara intressant med hänsyn till hälsans sociala bestämningsfaktorer. Första gången vi talade med projektledare Barbro Paget framkom flertalet olika begrepp som har med hälsans sociala bestämningsfaktorer att göra. Vi bestämde oss för att studera två av dessa, känsla av sammanhang och socialt kapital. Vi anser att dessa begrepp är viktiga för hälsans sociala bestämningsfaktorer och är möjliga att studera inom Family Learningprojektet. Begreppen valdes med tanke på att de handlar både om individuella och mellanmänniskliga aspekter och på så sätt kunde vi täcka in en stor del av den sociala delen av en persons hälsa. Det är även intressant att studera Family Learning eftersom det ligger i Backa, en stadsdel med höga ohälsotal. Vi vill studera om ett sådant projekt kan bidra till bättre hälsa bland befolkningen genom att påverka hälsans sociala bestämningsfaktorer.

## Bakgrund

### Känsla av sammanhangs tillkomst

Folkhälsovetenskapens huvudsyfte var i början på 1880-talet främst att upptäcka hur sjukdomar spred sig epidemiskt och att genom sanitära åtgärder hindra sjukdomar och smitta. De teknologiska framstegen resulterade i allt fler förhoppningar om att kunna förhindra alla sjukdomar. Efter andra världskriget förändrades synen på folkhälsan till att nationerna skulle samarbeta, i en global hållning. Världshälsoorganisationen, WHO, kom att bildas. Detta resulterade i ett nytt hälsobegrepp[1]. Det nya hälsobegreppet innefattar att hälsa är ett tillstånd av totalt mentalt, fysiskt och socialt välmående och inte endast frånvaro av sjukdom och krämpor[2]. Hälsodeinitionen har sedan dess kommit att vidgats. Forskningen efter andra världskriget hade ett patogent perspektiv. Ett patogent perspektiv innebär ett sjukdomsorienterat synsätt[1].

Det är mot denna bakgrund sociologen Aaron Antonovsky startar sin forskning. Forskningsintresset var att finna vad som skapade sjukdom och på vad som kunde bota sjukdomar. Man hade i forskningen fortfarande ett patogent tänkande[3]. Trots en vidgad definition av hälsa ses hälsa i dikotomi till sjukdom[1].

I inledningsskedet av sin forskning inriktade sig Antonovsky främst mot hälsoproblem relaterat till social klass. Sedan övergick han allt mer till stressforskning och copingstrategier. Ur denna forskning väcktes en fascination över varför vissa behöll sin hälsa trots stressfulla livshändelser[1].

Antonovsky skapade en teori om vad som gjorde att människor förblev friska. Denna teori kom att kallas salutogenes. Antonovsky var inte först med det salutogena perspektivet, men han var först med att systematisera teorin, ge dess termologi och mätinstrument[3, 4]. Antonovsky skapade två begrepp för att kunna förklara varför

vissa personer klarade hantera stressfulla livshändelser. Dessa två begrepp var generella motståndsresurser (GMR) samt känsla av sammanhang (KASAM)[5].

## Känsla av sammanhang, teori, begrepp och mätning

Antonovsky[5] menar att generella motståndsresurser är de fenomen som ger livserfarenhet tex pengar, socialt stöd, kultur, tradition, erfarenheter. Det är genom dessa livserfarenheter som man bygger upp sin känsla av sammanhang. De generella motståndsresurserna är biologiska, materiella samt psykosociala faktorer, vilka underlättar för människan att se världen som strukturerad, begriplig och konsistent[1]. Genom att man regelbundet upplever dessa livserfarenheter byggs ens KASAM upp[5]. Känsla av sammanhang avser att förklara varför vissa människor klarar av stressfulla livshändelser och kan bemästra dessa[3]. Begreppet syftar till att förklara vårt sätt att se på tillvaron vilket möjliggör att framgångsrikt bemästra de alla stressorer vi möter under vårt liv[1]. Antonovsky menar att KASAM är stabilt efter 30 årsålder om det inte händer någon radikal stressfull livshändelse[5].

Definitionen av känsla av sammanhang har kommit att omarbetas. I arbetet använder vi oss av Antonovskys[5] senaste definition av KASAM:

*”Känsla av sammanhang är en global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomträngande och varaktig men dynamisk känsla av tillit till att (1) de stimuli som härrör från ens inre och yttre värld under livets gång är strukturerade, förutsägbara och begripliga, (2) de resurser som krävs för att man skall kunna möta de krav som dessa stimuli ställer på en finns tillgängliga, och (3) dessa krav är utmaningar, värda investering och engagemang.” sid 41*

Vid utformningen av begreppet KASAM fann Antonovsky tre delkomponenter som var av betydande vikt. Dessa tre komponenter kom att utgöra grundstrukturen i själva begreppet[5].

Den första komponenten är *begriplighet* vilken är den kognitiva komponenten[1]. Med begriplighet menas att personen upplever en inre och yttre stimuli som är förnuftsmässigt gripbar dvs har en samordnad tillvaro. Vid låg begriplighet uppfattas stimuli som oordnad, slumpmässig, oväntad och oförklarlig. Om man istället har en hög begriplighet förväntar sig personen att stimulen skall vara förutsägbara och om inte går de att ordna och förklara så att de går att förstå i ett större sammanhang[5].

Den andra huvudkomponenten är *hanterbarhet*, kallas ibland kontrollkomponenten. Denna komponent är en beteendekomponent[1]. Hanterbarhet innefattar hur personen upplever att det finns resurser till förfogande vid behov. Med detta menar Antonovsky de upplevda resurser man har när man ställs inför inre och yttre stimuli och klarar att hantera dessa. De förfogade resurserna är under ens egen kontroll eller andras kontroll tex partners, Guds eller någon annan man litar på.[5].

*Meningsfullhet* kom att bli motivationskomponenten i begreppet. De människor som i Antonovsky's studier visade på starkt KASAM talade om de områden i livet som var viktiga för dem. Detta var områden de var engagerade i och hade betydelse för dem. Dessa områden ansågs värda att investera känslor samt engagemang i. Människor med ett lågt KASAM visade inte på någonting i livet som hade betydelse för dem. Med



meningsfullhet menar Antonovsky att personen ofta ser händelser i tillvaron som värda att investera känslor och engagemang i snarare än att se det som problem och bördor[5].

För att mäta KASAM skapade Antonovsky ett självrapporterande frågeformulär som bestod av 29 frågor, finns även två förkortade versioner[3]. I studier har det även förekommit egenskapade mätinstrument för känsla av sammanhang tex en svensk studie från 1997[6].

## Känsla av sammanhang ur ett gruppnivåperspektiv

Ur ett folkhälsoperspektiv ter sig begreppet känsla av sammanhang intressant då det beaktar vad som främjar hälsa. Folkhälsa syftar ofta till att se till de preventiva möjligheterna snarare än att se till behandling av sjukdomar[3]. En annan aspekt som gör begreppet intressant är att man kan studera den både ur ett frisk- och riskperspektiv. Man kan studera vad som gör att människor med ett högt KASAM håller sig friska, och varför ett lågt KASAM kan innebära en riskfaktor[7]. Genom att kunna studera känsla av sammanhang och hälsa ur ett befolkningsperspektiv kan man få en vidgad syn på olika befolkningsgruppers KASAM och studera olika bakgrundsfaktorer. Känsla av sammanhang skulle därigenom kunna bidra i studier om sjuklighet[7].

När Antonovsky grundade begreppet talade han om individers känsla av sammanhang. Han hänvisar dock till att begreppet kan användas mot vilken social enhet som helst tex familjen, bostadsområdet ett land mm. Komplexiteten ligger hur man mäter det. Antonovsky menar att en grupps KASAM är det sammantagna antalet individers känsla av sammanhang som ingår i gruppen. Antonovsky menar dock att det är möjligt att ta det ännu ett steg längre och se på sammantagna gruppens KASAM dvs en grupp med ett högt KASAM kan inneha både individer med höga och låga KASAM. Känsla av sammanhang ur ett familjeperspektiv har även kommit att studerats. Detta då det framkommit att sociala nätverk har en positiv hälsoaspekt inom området stress, coping och salutogenes. Familjen är ofta en viktig del i en persons sociala nätverk och kan därigenom fungera som viktig skyddsfaktor för ohälsa[8].

## Känsla av sammanhang, hälsa och forskningsläget idag

Känsla av sammanhang har främst studerats med inriktning mot livshändelser och stress. Det är först under senare tid man har börjat studera KASAM och hälsa för att få empiriska bevis på samband mellan dessa[3]. Det har förts en diskussion om huruvida det är känsla av sammanhang som leder till hälsa och inte hälsa som ger ett högt KASAM [3, 9]. Problematiken i forskningen kring begreppet och dess effekter på hälsan är att det är flertalet tvärvetenskapliga studier som bedrivits samt att man inte mätt KASAM nivån vid ett flertal tillfällen för att se att den är stabil. Det efterfrågas prospektiva studier vilka mäter KASAM med samma instrument och vid ett flertal tillfällen[3].

Vi kunde finna artiklar som analyserat relationen KASAM och hälsa. Den ena artikeln indikerar på att det inte finns någon skillnad i utvecklandet av hälsa beroende på olika nivåer av KASAM[9]. Den andra artikeln har gjort en systematisk granskning om KASAMs frågeformulär och dess relation med hälsa. Deras resultat visade på att man starkt kunde relatera begreppet till den självskattade hälsan, framförallt den mentala hälsan. Ju starkare känsla av sammanhang desto bättre upplevd hälsa generellt sätt.

Detta gällde framförallt de som hade ett högt KASAM initialt. Vetenskapliga studier visar dock på att KASAM inte ensamt kan förklara människors övergripande hälsa men kan bidra gällande utvecklandet och upprätthållandet av hälsan[10].

En studie om gravida kvinnor, välmående och KASAM visade att ju högre KASAM kvinnorna hade desto bättre rankade de sitt välmående, oro och känslighet för depression[11]. KASAM visar på tydliga samband med mental hälsa[3, 7, 9, 10]. Även depression och ångest har visat sig ha ett starkt negativt samband med KASAM[9, 10]. Det har diskuterats att detta beror på den liknade utformningen av frågor vid undersökning av KASAM, depression och ångest[3, 9]. En annan studie visar på samband mellan KASAM och krav/kontroll modellen. Resultatet visade på ett klart effektsamband mellan känsla av sammanhang och arbetsstress[12].

## Det sociala kapitalets historiska bakgrund

En av de första att definiera socialt kapital var L.J. Hanifan, delstatsinspektör för West Virginias landsbygdsskolor vid början av 1900-talet. Det amerikanska samhället stod då inför stora samhällsförändringar, det sociala kapitalet var hotat och man var i behov av att finna strategier för att stärka samhällsengagemanget[13]. Begreppet socialt kapital blev därefter inte särskilt välanvänt men tanken fanns kvar. De första att återuppta begreppet i modern forskning var Pierre Bourdieu, James Coleman och Robert Putnam[14]. Socialt kapital användes först inom ekonomi, sociologi, statsvetenskap och politik men under senare delen av 1990-talet kom studier som visade att socialt kapital kunde kopplas samman med positiva hälsoeffekter och används numera även inom folkhälsoområdet[15]. Inom folkhälsoområdet används begreppet som en förklaringsfaktor till ekonomisk ojämlikhet och hälsostatus[14], för att studera sociala nätverk och hälsa, för att underlätta hälsointerventioner samt för att förklara sambandet mellan social sammanhållning, våld och kriminalitet[14, 16].

## Socialt kapital, teorier, begrepp och definitioner

Socialt kapital har både en kvalitativ och en kvantitativ aspekt. Kvantitativt handlar det om antalet sociala kontakter, ju fler, desto mer socialt kapital. Kvalitativt handlar det om innehållet i dessa kontakter, ju mer tillit och gemensamhet inom kontakterna, desto mer socialt kapital[17, 18]. Desto fler man känner och ju mer man har gemensamt med dem, desto rikare är man på socialt kapital[19]. En skillnad kan även göras mellan strukturellt och kognitivt socialt kapital[20]. Den strukturella delen innefattar bredden och intensiteten av förenande kontakter eller aktiviteter medan den kognitiva delen innebär känslor av stöd, ömsesidighet, delaktighet och tillit. Att skilja på vad människor gör och vad människor känner i sina sociala kontakter[20].

För att sociala kontakter ska kunna skapas måste det finnas platser där människor kan mötas och där informella kontakter kan knytas. Deltagande i frivilliga organisationer och nätverk är en viktig generator för socialt kapital. När individer uppmuntras att söka kontakter utanför de invanda sociala ramarna ökar sannolikheten att de ska känna tillit och därmed investera i socialt kapital[17]. För att kunna behålla och öka sitt sociala kapital måste individen satsa resurser såsom tid och pengar på sina sociala relationer[21].

Vi fokuserar på socialt kapital som det definieras av Putnam[13], en definition som blivit använd inom flera forskningsområden bl.a. ekonomi, politik, sociologi och folkhälsa[22]. Socialt kapital definieras genom fyra karaktäristika: (1)existensen av nätverk i samhället, (2)civilt engagemang, deltagande i nätverken, (3)lokal identitet, solidaritet och jämlikhet mellan samhällsmedborgarna och (4)normer för tillit, ömsesidighet, hjälp och stöd[15]. Det sociala kapitalet skapas i interaktionen mellan människor och oberoende var i samhället det sker, får det konsekvenser för alla, även för de som inte är med i skapandeprocessen[18]. Socialt kapital skapas genom att människor aktivt deltar i organisationer och grupper. Inom dessa grupper uppstår normer som binder individerna samman, den viktigaste normen är ömsesidighet[16]. Generaliserande ömsesidighet innebär en allmän vilja att hjälpa andra, även de som man inte har en direkt koppling till därför att man väntar sig samma sak tillbaka[17]. Tillit är en grundkomponent till och drivkraft bakom det sociala kapitalet. Tillit skapas genom normer för ömsesidighet och deltagande i nätverk[23].

Det finns två typer av socialt kapital: sammanbindande (bonding) och överbryggande (bridging)[16, 19, 24]. Sammanbindande socialt kapital förstärker samhörigheten och homogeniteten inom en grupp. Det skapas mellan människor som delar samma socioekonomiska eller sociodemografiska egenskaper, till exempel har samma etnicitet, samma ålder eller samma utbildning[24], är en familj eller nära vänner[19]. Sammanbindande socialt kapital kännetecknas av starka band mellan personer och förser människor med socialt stöd[16]. Överbryggande socialt kapital kommer ur förbindelser mellan människor ur olika grupper på samma hierarkiska nivå[16, 19, 24]. Överbryggande socialt kapital kännetecknas av svagare band mellan personer men kan vara mycket användbart för att få information och möjligheter[16]. Det bidrar också till att människor känner en större samhörighet och ömsesidighet[19].

## Socialt kapital och hälsoeffekter

Putnam[13] har påvisat att den sociala samhörigheten är en av de viktigaste bestämningsfaktorerna för hälsa och välbefinnande. Den som har ett gott socialt nätverk får lättare hjälp med olika saker vid sjukdom eller svårighet och detta minskar betydligt fysiska och psykiska påfrestningar. Goda nätverk förstärker också goda hälsovanor, personer med dåliga sociala kontakter är mer benägna att ägna sig åt skadliga beteenden. Personer med goda sociala nätverk får stöd och hjälp från sina vänner som hjälper till att minska stress och stärka immunförsvaret. Det sociala stödet blir som en buffert mot påfrestningar i livet. Samhällen med stark social sammanhållning är bättre på att organisera sig politiskt så att man kan få till stånd bra sjukvård för alla.

Det finns olika mekanismer i människors sociala relationer som bidrar till hälsa. På individnivå finns sambandet mellan självtillit eller känsla av sammanhang och hälsa dokumenterat. Socialt kapital bidrar till att öka individers självtillit och känsla av sammanhang och det gör dem mer benägna att ägna sig åt hälsofrämjande aktiviteter och mindre benägna att lida skada av stress och oro[15]. På inter-individuell nivå verkar sociala nätverk, som är det sociala sammanhang som människor ingår i, och socialt stöd, som är en positiv effekt av att ingå i ett socialt nätverk, hälsofrämjande. Socialt stöd är hälsofrämjande när det förser människor med en känsla av tillhörande och intimitet. Socialt stöd kan ges i olika former t.ex. känslomässigt, materiellt och finansiellt och ger inte bara direkta hälsoeffekter utan verkar även indirekt genom att fungera som en buffert mot stress. Inte bara att få stöd ger hälsoeffekter, utan också att ge[15]. Tillit till andra är en annan positiv effekt av att ingå i ett socialt nätverk och har

samband med tillit till institutioner. Personer med hög tillit till institutioner har lättare att ta åt sig hälsoråd från bl.a. läkare[25]. Det civila engagemang Putnam hänvisar till är ett socialt nätverk som ger socialt stöd till människor och främjar hälsa. Medlemskap i sådana nätverk sätter individer i en position där de kan ge och få flera olika former av hälsofrämjande känslomässigt, materiellt och instrumentellt socialt stöd[15]. Personer med höga nivåer av socialt kapital är mer kapabla att ta emot socialt stöd när de står inför svårigheter i livet[25].

## Forskning om socialt kapital och hälsa idag

Socialt kapital kan mätas på olika sätt. Ett exempel är social delaktighet definierat som bl.a. deltagande i kurs/studiecirkel, kör, teatergrupp, dansgrupp eller musikband; social aktivitet bland grannar; deltagande i fackföreningsmöten eller andra organisationsmöten; teater-/bio-, konstutställnings-, kyrko- eller sportevenemangsbesök; insändning till tidningen; deltagande i demonstration; deltagande i självhjälpsgrupp; kunskap om hur man vänder sig till myndigheter; deltagande i större släktträff eller privat fest[25-32]. Socialt kapital har också blivit operationaliserat som valdeltagande i lokala val[32-34]. Tillit till andra har blivit mätt som en indikator på socialt kapital[25, 27, 29, 30, 35, 36], liksom upplevd ömsesidighet[29, 35, 36], stöd[30, 35], hjälp och rättvisa[30].

I studier som skiljt mellan överbryggande och sammanbindande socialt kapital har man använt olika mått för de olika typerna. Sammanbindande har mätts bl.a. genom att man frågat efter personers viktigaste sociala grupp och hur denna varit sammansatt med avseende på kön, etnicitet, ålder och utbildningsnivå. Överbryggande socialt kapital har mätts bl.a. genom att man frågat efter hur sammansättningen ser ut i vänskapskretsen [24].

Socialt kapital har flera påvisbara hälso- och samhällseffekter. Bland annat hänger höga nivåer av socialt kapital i ett samhälle samman med låga nivåer av kriminalitet och människor i områden med högt socialt kapital känner sig säkrare när de vistas ute[32]. Socialt kapital kan minska risken för rökning och användning av illegala droger bland ungdomar[25], hjälpa personer att skära ner eller helt sluta röka[28] och minska risken för hjärt-kärlsjukdomar[26, 33] liksom allvarliga depressioner och psykoser[34]. Upplevd brist på tillit[30, 35, 36], stöd och ömsesidighet och kan öka dödligheten bland medelålders kvinnor och män[35, 36]. Brist på socialt kapital kan öka den totala dödligheten. Ökar inkomstklyftorna i ett samhälle, minskar den sociala tilliten och det sociala kapitalet. Det leder till ökad dödlighet genom underinvestering i socialt kapital[30]. Socialt kapital kan bidra till att öka den självskattade hälsan[21, 29].

## Family Learningprojektet och Backa

Family Learningkonceptet startade i Storbritannien i och med bildandet av organisationen Campaign for Learning 1995. Dess huvudsyfte var att hjälpa människor utan utbildning att tillägna sig basämnen. Deras pedagogiska ansats var att öka utbildningen med utgångspunkt i familjen, samhället, skolan och arbetsplatsen som lärandemiljöer[37].

Syftet med Family Learningprojektet i Sverige var att starta ett utvecklingscenter som influerats av Family Learningmetoderna i Storbritannien. I huvudsyftet ingår att ge personer med olika bakgrund möjlighet att mötas för att ge en utökad förståelse i hur

handikapp, kultur mm kan påverka individens integrering i samhället. Projektet skapades av Studieförbundet Vuxenskolan då de hade en intention att stimulera det livslånga lärandet i grupper som normalt inte efterfrågar eller deltar i dessa typer av projekt[37]. Family Learning är ett projekt tänkt att motarbeta rasism, våld, främlingsfientlighet och för att underlätta integration av olika grupper[38].

Projektet Family Learning bedrivs av Studieförbundet Vuxenskolan i Göteborg, Göteborgs stad samt Backa stadsdel. Hösten 2004 startade projektet och har sedan fortlöpande haft studiecirkelar. Finansiellt stöd ges av Allmänna arvsfonden och Backa stadsdelsnämnd. Projektet har idag över tvåhundra deltagare och erbjuder flera olika kurser, både i hantverk, språk och dans och drama. Kurserna är öppna för alla men upptagningsområdet är i första hand bostadsområdet i Family Learnings lokalers närhet[38].

De flesta grupper inom Family Learning i Backa har deltagare med blandade etniciteter och åldrar. Namnet indikerar inte att man behöver vara släkt eller familj för att delta, man måste inte heller ta med sig någon utan kan komma helt själv. På centret möter man sedan andra i olika åldrar och av olika nationaliteter och detta blir då den familj man lär tillsammans med. Språket på kurserna är alltid svenska, vilket ger en möjlighet att utveckla sina svenskakunskaper[38].

Backa som stadsdel består av flera mindre geografiska områden som ser olika ut (se tabell 1)[39-44]. I vissa områden finns mest villor medan andra domineras av höghus. Family Learnings lokaler ligger i Backa Röd, ett område som ingår i 412 Backa. De flesta deltagarna kommer härifrån[38]. Backa har varit mycket omskrivet i dagspress den senaste tiden för hög kriminalitet och oroligheter[45-49].

	<b>Göteborg</b>	<b>Backa</b>	<b>409 Skogome</b>	<b>410 Brunnsbo</b>	<b>412 Backa</b>	<b>413 Skälltorp</b>
<b>Barn 1-5år</b>	100	94,2	149,9	86,9	102,8	79,0
<b>Barn 6-15år</b>	100	108,6	106,5	110,9	122,2	95,6
<b>Utländska medborgare, totalt</b>	100	89,1	44,6	82,2	111,8	84,7
<b>Ålderspensionärer 75- år</b>	100	113,0	141,2	127,5	70,7	133,0
<b>Svenska och utländska medborgare födda i utlandet, totalt</b>	100	120,2	57,4	114,9	145,6	116,4
<b>därav i Norden</b>	100	126,6	80,0	105,9	107,6	168,9
<b>därav utanför Europa</b>	100	101,6	46,5	117,6	135,6	73,1
<b>Ej gifta med barn</b>	100	95,7	50,1	98,1	112,8	87,1
<b>Arbetslösa, samtliga</b>	100	98,0	61,3	106,7	110,7	87,0
<b>Ohälsotal</b>	100	131,2	77,2	132,5	133,2	139,9
<b>Eftergymnasial utbildning</b>	100	66,6	99,5	72,3	58,2	62,8
<b>Medelinkomst, samtliga</b>	100	94,8	111,7	92,3	90,0	97,3
<b>Höginkomsttagare 360t.kr.</b>	100	68,4	117,4	65,4	60,8	67,8
<b>Aktivitetsersättning, samtliga</b>	100	134,6	70,5	137,8	136,4	144,6
<b>Socialbidragsfamiljer</b>	100	88,1	12,6	102,2	139,5	53,0
<b>Förvärvsintensitet</b>	100	97,2	116,2	96,3	91,7	99,3

Tabell 1 visar på nyckeltalrepresenterade i Göteborgsbladet. Här påvisas siffror för olika faktorer fördelat på Göteborg, stadsdelen Backa och stadsdelens 4 primärområden.

# Syfte

Vi vill studera om socialt kapital och känsla av sammanhang kan påverkas och utvecklas inom Family Learningprojektet och hur detta påverkar närområdet och individernas upplevda hälsa.

# Metod

Huvudsyftet var att göra en kvalitativ studie av Family Learningsprojektets påverkan på hälsans sociala bestämningsfaktorer hos deltagarna. En kvalitativ metod är att föredra för att studera de enskilda individernas upplevelse, vi valde att genomföra en fokusgruppsintervjustudie. Vårt material utgår från fokusgruppsintervjuer utförda med deltagare och ledare inom Family Learningprojektet. Till största delen vilar vår kunskap om fokusgruppsintervjuer på Victoria Wibecks bok[50]. Vi ville ha både deltagare och ledare inom projektet som informanter. Vi ansåg att de sociala fördelarna tillkommer alla, inte bara deltagarna utan även ledarna.

Vi träffade vid ett flertal tillfällen Barbro Paget, som är en av två projektledare för Family Learning projektet i Backa. Vid första mötet gavs översiktlig information om vad Family Learningprojektet innebär och deras övergripande målen. Efter detta möte kunde vi formulera och precisera vårt syfte. Vid andra mötet fick vi ytterligare information om projektet och varför det startade i Backa.

Vi besökte flera gånger Family Learning center, i Backa. Första tillfället var vid ett öppet hus då vi var inbjudna för att bekanta oss med lokalerna och med deltagarna. Vi närvarade även vid ett antal kurstillfällen för att göra oss kända bland deltagare och ledare och för att skapa förståelse för hur kursverksamheten är utformad. De kurser vi besökte var två decoupagekurser<sup>1</sup>, en textilslöjdkurs, en engelskakurs och ett läxhjälpstillfälle. Under dessa besök studerade vi vad deltagarna gjorde under kurstillfället och småpratade med deltagarna för att skapa en uppfattning om kursernas deltagarsammansättning. Besöken hjälpte oss att sammanställa en intervjumall.

# Urval

Urvalet till fokusgrupperna skedde bland Family Learningprojektets deltagare och ledare. Vid våra besök i kurserna rekryterade vi kursdeltagare till intervjuerna. Genom telefonkontakt hittade vi ledare.

Homogena grupper var att föredra vid våra fokusgruppsintervjuer eftersom vårt ämne kan vara känsligt att diskutera. Diskussionen underlättas om deltagarna är på ungefär samma socioekonomiska och sociala nivå. Ojämnlikhet i grupperna, dvs att blanda ledare och deltagare i samma grupp, kan stå i vägen för ett öppet samtal eftersom ledaren innehar en högre social position gentemot deltagarna [50].

Vi avsåg att intervjua en fokusgrupp med män och en med kvinnor för att kunna jämföra diskussionerna och därigenom få med ett genusperspektiv. Vidare avsåg vi att

---

<sup>1</sup> Fattigmanskunst som härstammar från Frankrike. Konstnären klipper ut motiv från servetter som sedan appliceras på föremål vilket ger en målad känsla [38].

ha en grupp med bara ledare och en grupp med barn och ungdomar. Vi avsåg även att blanda grupperna med avseende på etnicitet, eftersom gruppsammansättningarna ser ut så på Family Learning center. Efter rekrytering fick vi tre fokusgrupper:

Grupp 1 - tre kvinnor och en man, alla ledare

Grupp 2 - sex kvinnor, alla deltagare

Grupp 3 - tre män, en kvinna och en flicka som var deltagare och en kvinna som var ledare.

## Datainsamling

Vår datainsamlingsmetod var fokusgruppsintervjuer. Denna metod valdes då vi ville studera enskilda individers upplevelse av Family Learning. Våra frågor lämpade sig för gruppdiskussion.

Fokusgruppsintervjuerna var halvstrukturerade. Detta innebar att vi, som moderatorer, i viss mån styrde interaktionen i gruppen. Vi styrde interaktionen till den grad att alla i gruppen kom till tals. Dock undvek vi att styra så våra föreställningar och förförståelse avspeglades till gruppmedlemmarnas. Det krävdes dock att vi var såpass strukturerade att det var möjligt att genomföra en analys av materialet[50].

Vi sammanställde en intervjumall (se bilaga 1). Intervjumallen baserades på våra teoretiska utgångspunkter om socialt kapital och Känsla av sammanhang. Denna mall fungerade som ett stöd för oss under intervjuerna. Frågorna utformades som öppna diskussionsfrågor, eftersom en fokusgruppsintervju blir en samtalsinteraktion mellan intervjupersonerna[50]. Samtliga intervjuer spelades in på band, efter informanternas samtycke.

Vår förhoppning var att inte behöva leda diskussionen genom att ställa alla våra frågor utan att informanternas diskussion ändå ledde dit. Vi ställde inledande frågor som handlar om huruvida Family Learning stimulerade till skapandet av sociala relationer och vilken betydelse detta kan ha för de deltagandes liv och hälsa. Beroende på hur diskussionen flöt styrde vi samtalet mot meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet, socialt kapital och eventuell påverkan på deltagarnas liv och hälsa.

Intervjuguiden sammanställdes i syfte att utröna om Family Learning påverkade deltagarnas sociala kapital och känsla av sammanhang. För studera hur deltagarna upplevde att deras känsla av sammanhang påverkades i och med deltagande utgick vi ifrån begreppen meningsfullhet, hanterbarhet och begriplighet. Gällande deltagarnas upplevelse om hur socialt kapital påverkats studeras begreppet på individuell, inter-individuell och lokalsamhällelig nivå. Vi frågade efter hur nätverken kan förändras genom deltagande, hur det sociala stödet kan påverkas, om man kan öka tilliten till andra genom deltagande och om man tror att Family Learning kan göra något för stadsdelen Backa i stort.

Den första intervjun vi genomförde var med ledare. Denna valde vi att göra först då detta var personer som är engagerade i projektet. Vi kunde efter första intervjun finslipa intervjumallen så den blev lättbegriplig och inbjudande till diskussion kring vårt intresseområde. Den andra intervjun vi genomförde var med en grupp kvinnor. I denna grupp genomfördes intervjun medan kvinnorna arbetade med sina projekt. Det skapade en avslappnad stämning. Vi utförde vår tredje intervju med en grupp som var blandad,

både åldersmässigt och könsmässigt. När fokusgruppsintervjun genomfördes ville även ledaren för gruppen delta. Detta tycktes inte påverka deltagarna.

## Analys

Analysen genomfördes med hjälp av metoden innehållsanalys[51]. Vi valde denna analysmetod för att den är fri från teori och tillät oss att vara empirinära och tolkningsfria. Analysen var en tidskrävande process som utvecklades under flera steg. De inspelade intervjuerna transkriberades först i sin helhet och genomlästes för att skapa en god förståelse för samtalen och interaktionen mellan deltagarna. Därefter tog vi ut de meningsbärande enheterna från intervjuerna. Vi eftersökte meningsbärande enheter som handlade om vårt syfte. Texten och informanternas uttalanden höll vi oss ordagrant till, vilket gjorde att våra meningsbärande enheter blev väldigt stora. Dessa kondenserades sedan för att bli mer lätthanterliga. Vi höll oss till det manifesta innehållet och undvek att tolka, detta då vi ville hålla oss fria från någon specifik tolkningsteori. De kondenserade meningsbärande enheterna skrevs ut på papperskopior och klipptes isär för att kunna ordnas i kategorier och sedan huvudteman. Tre huvudteman ansåg vi kunna urskilja, under dessa kunde vi sedan ordna våra kategorier. Vi försökte att hålla oss empirinära och inte tolka men letade efter essensen i kategorierna som vi sedan kunde sammanfoga i teman. Totalt fann vi tre huvudteman och tretton underkategorier.

## Etik

Fokusgruppsintervjuer är etiskt tilltalade då de inte är strikt styrda utan låter informanterna uttrycka sig fritt. Under en fokusgruppssituation behöver inte alla informanter uttala sig i alla frågor. Är det en fråga som är känslig för någon att svara på, kan denne avstå[50]. Deltagande i vår fokusgruppsstudie baserades på informerat samtycke. Informanterna blev väl informerade om vad studien handlade om och tog sedan själva beslut om att vara med.

Vi har beaktat konfidentialitet i vår analys och resultatbeskrivning. Vi har avidentifierat informanterna under analysen och tagit hänsyn till att ingen ska kunna pekats ut genom det vi beskriver i metod, resultat och diskussion. Då det inom Family Learningprojektet kan vara så att många känner varandra är det viktigt att de som är med i vår studie inte utpekats av vad vi skriver. Detta var också vad vi lovade informanterna innan intervjun.

## Reliabilitet och validitet

De inspelade transkriberade intervjuerna genomlyssnades och lästes av oss båda flera gånger. Meningsbärande enheter togs ut av oss båda i samtliga transkriberade intervjuer och diskuterades och jämfördes sedan. Kondenseringen skedde genom samma process, allt för att öka reliabilitet i vår studie.

Validiteten i vår studie anser vi främjades av att intervjuerna sedde i Family Learnings lokaler och i ett tillfälle även under ett kurs tillfälle. Det gjorde att informanterna kände sig hemma och det ökar sannolikheten att de talar om sina tankar och upplevelser på ett mer avslappnat sätt. Vi jobbade även aktivt för att skapa en avslappnad och trevlig stämning i fokusgruppssituationen och för att alla deltagare skulle komma till tals.



# Resultat

Under analysen framkom tre teman och ett antal underkategorier. De teman som framträdde var livskunskap, vilket vi definierar som informell kunskap som är användbar i vardagen; social interaktion, med vilket vi menar umgänge och socialt utbyte mellan människor samt hälsofrämjande egenskaper, som vi definierar som egenskaper inom projektet som främjar hälsan för de deltagande.

## Livskunskap

### Förståelse för andra

Inom ramen för en kurs förs informella samtal vilket ger möjlighet till utbyte av kunskap om varandra. Informanterna ansåg att man genom samtal ökar förståelse för andra. Genom att Family Learningkonceptet baseras på grupper med olika åldrar och nationaliteter öppnar det för en kommunikation över gränser. Deltagarna påpekar vid ett flertal tillfällen att olika åldrar och grupper ökar respekten och förståelsen gentemot varandra. Kvinna H beskriver hur gruppsammansättningen kan leda till ökad förståelse:

*”Det är ju som är så bra att vi är så olika. Det är ju det som är så bra att det är invandrare, gamla och unga och så. Jag har lärt mig jättemycket utav vissa personer.”*

Deltagarna får ökad insikt gällande andra kulturer och lär sig förhålla sig till varandra på ett nytt sätt. Informanterna menar att de lärt sig om olika kulturer och att förstå och respektera olika sätt vara på. De påpekar att de genom interaktion med andra inom Family Learning kan förstå att människor är mer lika än olika. Kvinna H ger exempel på något hon lärt sig av andra deltagande:

*”Ja, nu vet jag allt om ramadan. Det har jag inte vetat förut. De har tagit med sig maträtter hit som jag aldrig ätit förut. Som var gott!”*

Under alla tre intervjuerna betonades att Family Learning bidrar till ökad förståelse för religioner och kulturer, både den svenska och andra.

### Fördomar

I grupperna talades mycket om fördomar och att Family Learning kan vara ett ställe där fördomar kan brytas. I och med att både svenskar och invandrare deltar i grupperna lär de känna varandra och får bättre förståelse för varandra. Family Learning har som en av sina profiler att jobba mot rasism. Genom att skapa en mötesplats där människor kan träffas över etnicitetsgränserna, arbetar Family Learning för att minska fördomar i samhället. Deltagarna upplever att kurstillfället blir ett forum där de kan fråga varandra samt lära känna varandra så att de börjar se människan och inte etniciteten. Man D menar att när man lär känna andra motverkar det fördomar:

*”Då, det är man blir bekant med varandra, man tänker inte det är invandrare eller det är svenskar eller någonting, då man tänker på den människan som en människa, som en individ.”*

Grupperna är överens om att det finns fördomar i samhället gentemot både invandrare och svenskar. Genom att de deltagit i olika kurser har de haft möjlighet att möta sina egna och andras fördomar. Detta har gjort att de har fått vidgad kunskap om sig själva och andra och att fördomar har kunnat brytas. Kvinna B beskriver hur man, inom Family Learning, kan våga ställa frågor och på så sätt bryta fördomar:

*”Man pratar ibland om religion, detta vågar de inte ställa frågor ibland om. Så kan man på något sätt riva de där fördomarna som kanske finns i samhället och man vågar ställa de där frågor.”*

Vidare talade grupperna om att anledningen till att folk har fördomar beror på okunskap vilket leder till generaliseringar. Genom ökad kunskap nås en ökad förståelse för andra. Informanterna anser att okunskap leder till rädsla, som tex kan uttryckas i fördomsfullhet för det som är obekant. Genom ökad kunskap om andra människor försvinner rädslan.

## **Kunskap**

Informanterna var överens om att Family Learning är ett ställe där de får ökad kunskap, inte endast formell utan även informell. De ansåg att Family Learning inspirerade till ytterligare lärande. Blandade grupper med avseende på etnicitet och ålder skapar informella lärandesituationer. Lärandet ansågs kravlöst och däri menade informanterna att styrkan inom Family Learning fanns. Kvinna C talar om hur hon som lärare kan skapa ett positivt lärandeklimat:

*”Att skapa det här lustfyllda lärandet, skapa den här glädjen till att jag vill lära mig, jag vill utvecklas. Jag tror att vi har en möjlighet att kunna göra detta.”*

Praktisk kunskap ansågs viktigt för att fungera och vara delaktig i samhället, detta betonades vid ett flertal tillfällen. Bland annat anses datakunskap och kunskaper i det svenska språket viktiga för att klara vardagslivet. Båda dessa ämnen finns som kurser inom Family Learning. Även att bistå med läxhjälp ansågs viktigt i ett samhälle där det bor många som av olika anledningar kan ha svårt att ge sina barn det stöd de behöver för att klara skolarbetet.

Vid ett flertal tillfällen under intervjuerna talades det om att inte bara den praktiska kunskapen var den viktiga utan även kunskap om andra tillägnad genom samtal med andra gruppmedlemmar. En man menade att man fick mer i bagaget, kunskap som man kunde använda sig av i vardagen. Detta kunde vara både praktisk och teoretisk kunskap.

## **Social interaktion**

### **Mötesplats**

Family Learning beskrivs, av våra informanter, som ett forum för möten. Det anses vara en informell, öppen och trygg mötesplats där alla känner sig välkomna, oavsett ålder eller etnicitet, något som kom upp flera gånger under samtliga intervjuer. Blandade grupper anses bidra till en mer avspänd stämning i gruppen och till en tryggare

inlärningsmiljö. Återkommande ord för att beskriva Family Learning som mötesplats var anspråkslös, accepterande och lättillgänglig. Kvinna A berättar vad hon anser om Family Learning som en mötesplats:

*"Jag tror nog att det är mycket positivt, en plats att skapa kontakter och märka, framförallt när det gäller de många utlänningar som bor här som inte vågar vara med i samhället. Då tycker de att det här passar för att det är anspråkslöst, inga krav och man blir tagen som man är."*

Kvinna J talar också om Family Learning som en trygg och kravlös mötesplats:

*"Åldern spelar ingen roll man kan komma med sin mamma, mormor. Sen vågar man prova olika saker som man vill klara men det finns inga möjligheter och alla krav alla ställer, men här är det inte så. Man kan bara komma och lära sig."*

Deltagarna ansåg att de är välkomna som de är och att det gör det lättare för ensamma människor att komma för att knyta kontakter. Våra informanter trodde på Family Learning som en mötesplats där ensamma människor kunde träffa andra. Genom att delta i en kurs på Family Learning kan de träffa människor med samma intressen och få tid att prata och utbyta erfarenheter. Den informella och öppna miljön bidrar till att deltagarna kan prata på ett enklare sätt och ställa frågor till varandra som de annars inte vågat. Kvinna A menar att Family Learning underlättar för öppna samtal mellan deltagarna:

*"Man kan ställa frågor och tala om saker på ett annat sätt, kanske lite enklare."*

### **Ytliga nätverk**

Ytliga nätverk beskrivs som att ha vetskap om olika personer och kunna heja på dem och byta ett par ord när man ses. Ytliga nätverk skapas och blir större inom Family Learning, detta är något som framkommer med tydlighet i samtliga grupper. Att gå på kurs kan göra att man lär känna många människor men, som nämns i fokusgrupperna, måste man delta i kursen ett antal gånger för att ett nätverk skall kunna byggas. Efter kursens avslut kan man träffas och har då alltid något att prata om. Kursdeltagande ger en större ytlig bekantskapskrets. Kvinna B talar om hur deltagarna kan få fler kontakter i närområdet:

*"... det kan öppna en väg, tillexempel först så är det gruppen här och sen plötsligt slutar man kursen och då träffar man dem ett halvår eller ett år senare på bussen och då blir det ett möte på ett annat sätt, fortfarande informellt."*

Ytliga nätverk kan ge många positiva effekter i människors liv, vilket nämns vid flera tillfällen under samtalen. Informanterna nämner vikten av ha ett ytligt nätverk omkring sig, då man lättare kan fråga om hjälp. Invandrarkvinnor som står utanför arbetslivet och eventuellt har ett mindre nätverk kan genom Family Learning få större nätverk och på så sätt underlätta integration. En annan effekt av att delta är att man lär känna människor utanför sin egen grupp som man annars inte hade lärt känna. Det ansågs även positivt med ytliga nätverk då människor ofta bor långt ifrån släkt och vänner. Family

Learning ger möjlighet att bygga ett kontaktnät i bostadsområdet. En annan aspekt av ha ett brett yttligt nätverk som lyftes under fokusgrupperna var att det kan ge kontakt med personer som kan hjälpa en att få möjligheter till exempel inom arbetslivet. Man A betonar vikten av nätverk i dagens samhälle:

*”Vi lever i ett samhälle där nätverk är väldigt viktigt och utan nätverk så kommer jag inte ha någonting numera. Så jag tror att får man ingen plats där man kan träffa och känna varandra och få den här nätverk, så är det inte bra.”*

## **Djupa nätverk**

Man D beskriver hur vänskapsband skapas genom kontaktnät:

*”Vänskap kommer genom kontakter, utan kontakter kan man inte bli vän med någon.”*

Informanterna lyfter fram positiva effekter av Family Learning som en plats där man kan knyta vänskapsband och hitta nära vänner, dock betonas att detta inte är något exceptionellt för Family Learning, det spelar ingen roll vad för kurs man går på. Under intervjuerna framkom att kursdeltagare funnit varandra och börjat umgås privat hemma hos varandra. Det kan också vara en möjlighet att hålla kontakten och förstärka redan befintliga djupa nätverk. Kvinna E berättar om varför hon sökte sig till kurs på Family Learning:

*”Min andledning var att se till att vi fortsatte att ses, eftersom våran arbetsplats försvann, så vi ses en gång i veckan i alla fall.”*

Detta är fallet för några före detta arbetskamrater som börjat på kurs tillsammans för kunna hålla kontakten och för män ur en förening som börjat på kurs tillsammans och har nu möjlighet att träffas oftare. Family Learning ger då en möjlighet att få träffa sina vänner och få veta att de mår bra, detta ger en trygghet och lättnad. Man D beskriver känslan av träffa sina vänner på ett kurstillfälle:

*”Ja, man känner sig lättad, man har träffat sina kompisar och man vet att de mår bra och man mår bra också.”*

## **Familjeband**

Family Learning välkomnar hela familjer till samma kurs eller till olika kurser under samma tak. Att hela familjen kan delta lyfts som positivt av informanterna, de anser det viktigt att familjen kan göra något tillsammans.

Under fokusgruppintervjuerna talade deltagarna om de positiva aspekterna gällande att hela familjen har möjlighet att delta i olika kurser. Ett tema som kom upp vid flera tillfällen var att genom att gå på kurs tillsammans knöts familjens medlemmar närmare varandra. Genom att veta vad barnen gjorde på fritiden och själva ha möjlighet att utbilda sig skapades en känsla av trygghet. Man D uttrycker det så här:

*"Istället för att man släpper barnen att leka på gården och man vet inte var någonstans de var, man kommer här och man umgås med sina barn och man vet var någonstans man har sitt barn. Det är en trygghet både för föräldrar och för barnen också."*

Informanterna tar även upp att det inte behöver vara mamma eller pappan som går med barnet på Family Learning, det viktiga är att man står varandra nära, det kan tex vara mormor eller någon annan viktig person för barnet. Även om inte det är hela familjer som går betonas det att det är bra att vuxna och ungdomar möts då det ger en möjlighet att förstärka relationen mellan barn och vuxna. Relationen mellan generationer har idag försvagats, detta ansåg våra informanter bero på att det finns mindre kontakt mellan generationer idag.

Kvinna G påpekar en fördel med att hela familjen kan delta:

*"Ja, att man inte har barnvakt utan nu följer barnen med istället och så gör man något tillsammans, det tror jag är bra."*

## **Integration**

Family Learning även kan få en integrationsfrämjande roll, enligt informanterna. Deltagare framhåller att Family Learning har en viktig funktion i ett invandrartätt område då många kan känna sig ensamma. Family Learning kan bidra till att deltagarna kan träffa andra och lära sig svenska på ett informellt, anspråkslöst sätt och därigenom lättare komma in i samhället. Deltagande i Family Learning bidrar också till ökad förståelse för den svenska kulturen. Detta sker både på en formell nivå, till exempel när de på engelskalektionen lär sig om viktiga platser i Göteborg men även på en informell nivå när de genom samtal med andra får en ökad förståelse för varandra.

Det talades om att många kan ha svårigheter att anpassa sig till den svenska kulturen och då kan Family Learning vara en länk till det svenska samhället. Genom kursdeltagande kan man lära sig att förstå att man inte är ensam om de problem som uppstår vid kulturkrock. Det betonades i grupperna att det är viktigt för personer som kommer från andra kulturer att kunna integrera sin gamla kultur med den svenska. Kvinna B beskriver hur man kan finna sig tillrätta i en ny kultur:

*"Nyckeln när det gäller oss utlänningar är att kunna sammanfläta det här nya samhället med det du har i bagaget och plockar man bitarna så funkar det!"*

Det ansågs, i grupperna, att integration underlättas av att kursdeltagarna är av blandade etniciteter.

## **Hälsofrämjande egenskaper**

### **Socialt utbyte**

Genom att delta i Family Learning ansåg flertalet av våra informanter att de fick positiva hälsoeffekter för att de träffar andra och får därigenom ett socialt utbyte. I det sociala utbytet talades det bland annat om glädjen att få träffa sina vänner. En av

informanterna menade att man kände sig mindre deprimerad efter att ha träffat sina vänner på kursen. En annan positiv hälsoaspekt gällande att träffa sina vänner ansågs vara att det är roligt att träffas och samtidigt göra något skapande tillsammans.

Efter att en grupp träffats ett antal gånger vågar man öppna sig och prata om sina besvär och känslor. Informanterna menade att detta kunde ge en mental lättnad eftersom de slipper hålla inne med tankar och känslor. I en grupp kan deltagarna diskutera med andra deltagare och därigenom få ett utbyte av erfarenhet och bli berikad med nya idéer och tankar. Kvinna D talar om att man blir inspirerad av andra:

*”Det inspirerar när man träffar andra som ger en andra idéer och tankar.”*

Ledarna lyfte fram positiva aspekter som att det känns bra att ge av det de har kunskap om och att de får till tillbaka något positivt från deltagarna till exempel livsglädje och motivation, som Kvinna B uttrycker:

*”Att kunna ge något positivt ifrån sig till den där personen som ville lära sig och man får också från den personen, livsglädje till exempel och motivation och intresse för något annat.”*

## **Självkänsla**

Alla grupper talade på ett eller annat sätt om man kan öka sin självkänsla på Family Learning. Det ges en möjlighet att skapa en säkerhet i sig själv genom ökad kunskap, inspiration att utvecklas samt genom nya sociala kontakter.

Ledarna ansåg att när människor deltar i Family Learning och får ökad kunskap växer deras självkänsla och självförtroende. Att få tala med andra gör att man förstår att man inte är ensam om de problem man kan uppleva att man har i vårt samhälle. Genom deltagande ansågs det möjligt att växa i självkänslan och att inte stå utanför samhället. Att få ökade kunskaper kan leda till att man behärskar nya saker. Det kan göra att man kan växa i det man redan kan och plocka fram mer och mer enligt informanterna. Kvinna C menar att det kan göra att man känner sig trygg och vågar bygga en bro utåt.

*”Samtidigt bygga en bro utåt för att man vågar mer. Man börjar i en liten värld och sen tar ett steg utåt till något större.”*

Enligt några av informanterna finns det många barn som har svårt att klara skolarbetet p.g.a. att de inte får den läxhjälp de behöver i hemmet. Klarar man inte sitt skolarbete, finns det risk att känna otillfredsställelse och misslyckande. Då kan barnen börja skolka och tappa vänner. Family Learning erbjuder läxhjälp och försöker motverka detta vilket ansågs positivt av intervjugrupperna. Man A beskriver hur Family Learning kan förbättra självkänslan:

*”Kommer de hit och får hjälp så kommer deras självkänsla och självförtroende att lyftas upp och då kommer de att må jättegättre.”*

## Stöd och tillit

När det talades om stöd i de olika grupperna lyftes det fram olika aspekter av vad stöd är och hur man kan förvärva det. Socialt stöd ansågs vara en av de positiva effekter som kom av att ingå i det nätverk Family Learning skapar. Nätverk ansågs viktigt för kunna få hjälp och stöd av andra. Närdeltagarna träffar andra människor inom Family Learning kan de skaffa ett större nätverk och därmed träffa fler personer som kan ge hjälp och stöd. Family Learning erbjuder även stöttning i skolarbetet till barn som inte kan få det på annat håll. Kvinna A beskriver hur man kan skaffa sig ett stödjande nätverk och varför det är viktigt:

*”Men när man träffas människor så här, så då vidgar man ju det, då skaffar man sig ju ett större nätverk och då kan man ju få hjälp utav andra människor i det man behöver ha hjälp med.”*

Det ansågs även att Family Learning kan vara ett bra forum för svaga individer att få den hjälp och stöttning de behöver, både genom praktisk kunskap och socialt nätverk.

En annan aspekt som lyftes fram av de olika grupperna var att deltagarna har möjlighet att tala om sina bekymmer och få hjälp och stöttning av de andra gruppdeltagarna. Det ansågs viktigt att få utbyta erfarenheter och få känna att de inte är ensamma om sina problem. I en grupp talades det om att man som invandrare kan ha dåligt självförtroende. Dåligt bemötande av människor i omgivningen kan då leda till ohälsa enligt en informant. Att få umgås och prata med andra kan i sådana fall hindra psykiska besvär.

Informanterna berättade att deltagare hör av sig till varandra vid stora händelser och att det finns en medkänsla för andra. Ser man någon som har problem så ställer man upp. Det talades olika sätt att ge stöttning, man kan t.ex. genom att delta i en kurs, sakta men säkert komma nära en människa för att hjälpa.

Det talades i grupperna om att människor som inte har stödjande vänner kan ha svårt att lita på andra. När man talar med en person kan man skapa tillit till varandra. Det är en ömsesidig process att skapa tillit och informanterna ansåg att det beror mycket på hur man är som person.

## Påverkan på närområdet

Det diskuterades huruvida Family Learning hade en påverkan på området. Det rädde delade meningar i grupperna om påverkningsmöjligheterna. De flesta var överens om att de lär känna fler människor i närområdet och därigenom har de mer kunskap om vem som vem i det lokala området. Bor de i Backa träffar de på varandra på bussen eller i affären och byter ett par ord. Kvinna F berättar om hur hon lärt känna fler i närområdet genom kursdeltagande:

*”Vi bor på samma gård. Det visste vi inte innan. Jag vet inte ens om jag sett dig innan.”*

Deltagare med positiva upplevelser sprider kunskap om detta till andra och därigenom kan fler i närområdet hitta till Family Learning. En annan positiv effekt som nämndes under en av intervjuerna var att Family Learnings lokaler är skonade från inbrott,

kanske för att ungdomarna har en positiv inställning till stället. En informant påpekade att deltagande i Family Learning kan ge något positivt till närområdet som man kan nyttja. När man lärt sig något och mår bra av det, ger det något utåt.

Några informanter ställde sig tveksamma till om Family Learning kunde påverka närområdet. Vissa menade att området var för stort för att bli påverkat. De trodde att människor är för bekväma av sig och inte har tid att engagera sig i sitt område.

## **Deltagande i Family Learning**

Att gå på kurs ger en rad positiva hälsoeffekter, enligt våra informanter. Det diskuterades vilka känslor man hade efter att varit på ett kurstillfälle och informanterna menade att de kände sig nöjda, glada och hade en känsla av välbefinnande. De talade om vikten att få skapa något och att få känna sig nöjd med det. Att vara nöjda gjorde att deltagarna kände tillfredsställelse och välbefinnande. Positiva känslor som infunnit sig under kurstillfället ansåg sig deltagarna kunna ta med sig hem och sprida till resterande delen av familjen.

Att gå på en rolig kurs och komma hemifrån en stund gör att man investerar i egen tid och ny kunskap, detta bidrar till deltagarnas välmående. En av informanterna påpekade att inte bara hälsan påverkades av kursen utan även själen. Medan man går på kurs och har något att göra, tänker man inte så mycket på sina problem. Det är positivt för hälsan att ha något att göra. Kvinna D ger exempel på en positiv hälsoeffekt av att delta i Family Learning:

*”När man kommit iväg på en kurs väljer jag ju att lägga lite tid på mig själv istället för att stressa hemma och hålla i ordning på ungar, städa och laga mat och det är ju klart att det bidrar till mitt välmående.”*

Även ledarna pekade på positiva effekter av att leda kurser. Bland annat lyftes det fram att det kan sporra de egna intressena så att man vill lära sig mer, men även att Family Learning hjälper ledarna att orka mer.

# **Diskussion**

## **Metoddiskussion**

Syftet med vår studie var att undersöka om känsla av sammanhang och socialt kapitalt kan påverkas och utvecklas genom deltagande i Family Learning projektet. Vi valde att studera detta genom att bedriva en kvalitativ studie. Vi ville ta reda på deltagarnas enskilda upplevelser av att delta i Family Learning. Projektet var för litet gentemot antalet invånare i stadsdelen Backa att det inte skulle vara fruktbart att mäta kvantitativt.

Vi beslutade att göra en fokusgruppsintervjustudie. Det är en datainsamlingsmetod som vi ansåg passade vår studie. Vi menade att diskussion mellan informanterna kunde skapa en bredd och ett djup. Genom att samtala med varandra anser vi att informanterna gemensamt kunde resonera sig fram till tankar och idéer som hade varit svåra att ensamt uttrycka.



Vi började studien med besöka Family Learning och tala med projektledaren. Vi anser att det var positivt att delta i ett flertal kurstillfällen för att deltagarna skulle känna till oss. Att bekanta oss med deltagarna gjorde deltagarna positivt inställda till vår studie och därigenom villiga att ställa upp på fokusgruppsintervjuer. Genom interaktion med grupperna kunde vi också se vilka grupper som passade att vara med i vår studie. Vissa grupper hade för ojämn gruppammansättning vilket hade försvårat diskussion. Besöken i kurserna hjälpte oss också att skapa en intervjumall som avsågs passa informanterna.

Trots upprepade besök med syfte att värva deltagare till fokusgruppsintervjuerna var det svårt att samla flera samtidigt. Att få ihop lämpliga fokusgrupper visade sig vara mer tidskrävande än vad vi förväntat oss. Det var svårt att samla många vid samma tidpunkt och hitta grupper där sammansättningen lämpade sig för fokusgruppintervju. Bland våra inkluderingskrav fanns att informanterna skulle kunna uttrycka sig väl på svenska. Detta bidrog till att vissa grupper inte kunde inkluderas i intervjuerna. Ett antal grupper uppfyllde inte detta kriteriet. För att få med dessa grupper i studien hade en kombinerad studie med både observation och intervju varit givande. Detta hade dock varit tidsmässigt ogenomförbart, så vi fick begränsa oss till att endast välja interjuver.

I urvalet valde vi att försöka få med en så stor spridning av deltagare som möjligt. Vi ville ha med båda könen, blandade etniciteter och barn eftersom det är så gruppammansättningen ser ut på de flesta kurser på Family Learning. Vi ville även ha en grupp med ledare då vi anser att även ledare kan åtnjuta positiva hälsoeffekter av att ingå i Family Learning. Vi ansåg att det kunde vara bra att dela på ledare och deltagare då det annars kunde vara risk för ojämn maktfördelning inom gruppen. Av samma anledning ville vi dela på barn och vuxna och vår intention var att ha med en grupp med bara ungdomar men det visade sig svårt att hitta en lämplig grupp.

Vi avsåg att ha separerade fokusgrupper med avseende på kön för att kunna ha ett genusperspektiv på studien. Vi menade att de kunde vara intressant att studera hur kvinnor och män tolkar våra frågor och begrepp och vad de lyfter fram som viktigt för hälsans sociala bestämningsfaktorer. Vi anser även att kvinnor kommer bättre till tals i en grupp med bara andra kvinnor. Vi anser att kvinnor kan, på grund av genusordningen, få en undanskymd plats i könsblandade grupper. Det visade sig svårt att få en grupp med bara män eftersom majoriteten av deltagarna i Family Learningprojektet är kvinnor. Trots att vårt genusperspektiv gick förlorat anser vi att vi fått ett urval som är representativt för populationen.

Vi utformade en intervjumall med öppna frågor för att kunna få igång en diskussion i grupperna och för att inte styra informanternas svar. Vi anser att vi lyckades hålla intervjuerna halvstrukturerade då vi höll oss till på förhand fastställda frågor men diskussionen mellan deltagarna var det västenliga. Intervjumallen inleddes med två introduktionsfrågor för att få informanterna att börja fokusera sina tankar kring det ämne vi ville diskutera. Vi avsåg att göra frågorna lättbegripliga. Det visade sig dock redan under första intervjun att några av våra frågor var svåra att förstå och informanterna missförstod frågans syfte. Därför reviderade vi frågeställningarna inför de andra två intervjuerna.

I en grupp var alla informanter ledare. Detta var en bra första intervju eftersom vi trodde att ledare var engagerade i projektet och har möjligtvis redan funderat över vad deras insats kan ha för effekt. I denna grupp flöt diskussionen bra, deltagarna hade mycket att säga om ämnet och samtalande med varandra. Att det bara var en man bland flera

kvinnor ansåg vi inte påverkade diskussionen nämnvärt. De kände alla till varandra innan.

En annan grupp vi intervjuade kom att bestå enbart av kvinnor. Informanterna arbetade med sina handarbeten under intervjun. Vi funderade efteråt på hur detta kan ha påverkat datainsamlingen. Vi ansåg att diskussion flöt bra och att handarbetet bidrog till en mer avslappnad stämning.

Den sista gruppen vi intervjuade bestod av både män, kvinnor, barn och ledare. Vi anser att diskussionen flöt bra även i denna grupp och att alla fick komma till tals.

Oavsett om vi, under hela studien, undvek att tolka, menar vi att vi ständigt påverkade materialet. Vi tog ställning till informanternas utsagor när vi transkriberade dem genom exempelvis kommatering. Vi tog ställning till materialet när vi letade meningsbärande enheter, när vi kondenserade, när vi hittade kategorier och när vi sorterade i teman. Våra tankar och förståelse gjorde att materialet påverkades utifrån detta. Personer med annan förståelse hade kanske tolkat materialet ur ett annat perspektiv.

## Resultatdiskussion

Känsla av sammanhang syftar till att förklara varför vissa människor klarar av stressfulla livshändelser. Begreppet är kopplat till tre delkomponenter: hanterbarhet, begriplighet och meningsfullhet. KASAM bildas genom att vi ständigt får nya livserfarenheter, generella motståndsresurser. En persons känsla av sammanhang anses vara stabil efter 30 årsåldern[5]. Det har visat sig att det finns vissa samband mellan KASAM och hälsa. De starkaste sambanden finns mellan känsla av sammanhang, självskattad hälsa och mental hälsa[3, 9, 10].

Socialt kapital är något som skapas när människor interagerar med varandra. För att socialt kapital ska kunna bildas, måste det finnas nätverk i samhället och människor måste lägga ner tid och energi på att delta. När de gör det, kommer stöd och tillit att växa ur nätverken och ett socialt kapital som kan nyttjas av alla kommer att skapas. Detta gör i sin tur att människor kan åtnjuta en hel rad hälsofördelar[13]. När vi vill studera hur socialt kapital påverkas genom deltagande i Family Learning, kan vi se sociala nätverk som kan erbjuda stöd och skapa tillit till andra som en förutsättning för att socialt kapital ska kunna skapas och självkänsla, självtillit och KASAM som indikatorer på att det finns ett socialt kapital bland deltagarna.

### Livskunskap, känsla av sammanhang och socialt kapital

Efter att studerat Family Learning och känsla av sammanhang hos deltagare och ledare anser vi oss kunna se aspekter som skulle kunna vara främjande för att upprätthålla eller eventuellt öka personers KASAM. Ett återkommande samtalsämne som framkom i resultatet var förståelse för andra. Detta skulle kunna tolkas som att man genom ökad förståelse får en ökad begriplighet och hanterbarhet i sin tillvaro. Att kognitivt förstå andra leder till att man har lättare att tolka omvärlden och därigenom ha en större kontroll över den[5].

Vi anser att det framgår i resultatet att Family Learning är en bra plats att tillägna sig verktyg som man kan använda i vardagen. Genom praktisk kunskap får man fysiska

möjligheter att kunna utvecklas och ta vara på sina talanger. När man får dessa verktyg kan en människa stärkas inombords.

Att få ökad kunskap ansågs av informanterna leda till att en människa kan växa inifrån och få ett bättre självförtroende. Genom att få ett ökat självförtroende kan det kännas lättare att möta vardagens svårigheter. Ökad kontroll över sitt liv är en viktig komponent inom hanterbarhet[5]. Det är inte bara den kunskap som fås genom lektionstimmarna som skulle kunna skapa känsla av sammanhang eller upprätthålla den. Resultatet indikerar även på att man kunde förvärva livskunskap genom deltagande. Genom att bryta fördomar kan man öka tilliten till och förståelsen för varandra. Detta anser vi kan öka hanterbarheten i vardagen, genom att man inte är rädd för det okända och kan hantera en eventuell kulturkrock. Känslan av att känna sig hotad av det okända kan minska. Att få ökade livskunskaper innebär att man ökar sina livserfarenheter och lär sig hantera dessa händelser. Genom ökade livserfarenheter, s.k. GMR, påverkas en persons KASAM[5]. Vi anser att Family Learning är ett ställe där man samlar just livserfarenheter. Därav vill vi påstå att det är möjligt att Family Learning är ett ställe där känsla av sammanhang kan utvecklas.

När det gäller komponenten meningsfullhet anser vi att Family Learning kan bidra. Informanterna anser att ökad kunskap om livet gör att en människans vardag kan kännas mer meningsfull. Det talas i resultatet om inspiration och lusten att lära, detta indikerar på att när man får ökad kunskap ökar ens motivation. Genom att gå på en kurs som kan utveckla en eller anses berikande kan man få en känsla av meningsfullhet i tillvaron. Man anser att man har något att engagera sig i och investerar känslor och tid i. Man lägger ner tid på sig själv.

Genom att förstå andra och deras kultur och beteende ter sig inte omvärlden lika oförutsägbart och obegripligt. När man förstår andra och själv kommer till insikt med sina fördomar kan man se världen ur ett större perspektiv, detta kan göra världen mer begripligt. Begriplighet är den kognitiva aspekten i känsla av sammanhang[5]. Vi anser att det är möjligt att utläsa av resultatet att Family Learning bidrar till att kunna öka den kognitiva förståelsen för andra, bryta fördomar och därigenom öka livskunskapen som kan ge begriplighet i tillvaron.

Känsla av sammanhang och självtillit är positiva effekter som kan uppstå hos människor som ingår i ett nätverk där det finns ett högt socialt kapital[15]. Vi ser KASAM och självtillit som indikatorer på att det finns ett socialt kapital som deltagarna kan dra nytta av. Många deltagare inom Family Learning rapporterar ökad självtillit.

Fördomar, anser vi, kan leda till att individer inte vågar ta kontakt med andra och inte kan skapa nätverk. I vårt resultat framkommer att när man får förståelse för andra och lär sig att se individen bakom etniciteten, bryts fördomar. Det skapar fler möjligheter för människor att mötas och därmed skapa stödjande nätverk som fungerar som generatorer för socialt kapital[15]. Utan fördomar för andra människor är det lättare att känna tillit till andra. Att känna tillit till andra inom ett nätverk är en förutsättning för att socialt kapital ska kunna skapas[23].

### **Social interaktion, känsla av sammanhang och socialt kapital**

Ett annat tema som vi kunde utläsa var social interaktion. En av de kategorier vi diskuterade var Family Learning som mötesplats. Resultatet visade på att Family

Learning kan bidra till ökad meningsfullhet genom att ge en arena att mötas på. Människor får möjlighet till ett forum att investera tid och känslor i. Informanterna menar att man får socialt stöd och att tillit växer genom att man har ett ställe med öppenhet att mötas på. Antonovsky[5] menar att socialt stöd och tillit är väldigt viktiga generella motståndsresurser i skapandet av KASAM. Vi håller med om detta och anser oss kunnat förstå i resultatet hur viktigt socialt stöd och tillit kan vara.

Family Learning är en mötesplats där många samlas, grupper bildas och man får både ytliga och nära vänner. I resultatet betonas även att hela familjen kan vara med. Det talas om att det kan finnas gruppKASAM. Kan det vara så att människor med ett högt KASAM kan stötta människor med ett lågt KASAM inom Family Learning? Genom stöttning och utbyte av erfarenheter kan man kanske höja en grupps totala känsla av sammanhang. När hela familjen kan delta och göra saker tillsammans får man en och samma arena som är meningsfull, liknande erfarenheter och något gemensamt. Kanske ligger en av Family Learnings viktigaste komponenter här gällande KASAM. Genom att sammanlänka familjer och stärka dem kan man upprätthålla eller kanske höja en familjs känsla av sammanhang. Kanske kan Family Learning hjälpa till att stötta familjer med lågt KASAM genom att höja barnens känsla av sammanhang. Det finns än så länge lite forskning om hur familjen påverkar familjemedlemmarnas känsla av sammanhang. Det skulle vara intressant att ytterligare studera detta fenomen[5, 7, 8].

Genom att ges möjlighet att träffa sina nära och kära på Family Learning och göra något meningsfullt tillsammans anser vi att det kan bidra till uppbyggnad av känsla av sammanhang.

Vi anser att Family Learning kan ha en integrationsfrämjande funktion i ett samhälle som Backa, där det bor många som kan behöva hjälp med att komma in i samhället. I resultatet framgick att även deltagarna uppfattade att Family Learning kan ha en integrationsfrämjande roll vilket i så fall skulle vara en fördel, inte bara för individerna, utan för hela Backa som stadsdel. Detta tror vi starkt kan påverka en människas känsla av sammanhang, om än inte direkt så indirekt. Genom att låta människor från olika kulturer mötas skapas det många möjligheter. Människor som inte kan det svenska språket mm ges en möjlighet att komma in i samhället genom att få kunskap och möjlighet att skapa nätverk och få socialt stöd. Detta ger både ökad begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet för individer som annars hade kanske haft svårare att integreras i samhället. Man kan även se det ur en annan vinkel att människor som redan är väl integrerade i samhället har fördomar om hur vårt samhälle skall se ut. Genom att möta andra kan dessa föreställningar brytas och man får en ny begriplighet över tillvaron.

För att socialt kapital ska kunna skapas krävs att det finns mötesplatser där människor kan träffas, knyta kontakter och bilda nätverk. När det finns öppna, välkomnande mötesplatser ger det fler människor möjlighet att skapa nätverk [17]. Family Learning ger människor möjlighet att söka kontakter utanför de invanda sociala ramarna och detta ökar sannolikheten att de ska lära sig att känna tillit till andra och generera och ta del av ett socialt kapital[17]. I resultatet beskrivs att Family Learning verkar positivt för nätverksbyggande bland deltagarna. Genom Family Learning öppnas dörrarna till en informell och lättillgänglig mötesplats. De som förut stått utanför får nu komma in och ta del av de positiva hälsoeffekter som kommer av att ingå i ett nätverk. Ensamma människor som har svårt att komma in i samhället kan få en bättre möjlighet att knyta kontakter med andra och på så sätt vara med i de kapitalalstrande aktiviteterna. Har man inte tillgång till stödjande nätverk där tillit till andra kan skapas, är det många positiva

hälsoeffekter som går förlorade[15, 25]. Att underlätta för människor att träffas, knyta kontakter och skapa nätverk bidrar därför till många positiva hälsoeffekter samt att ett större socialt kapital kan skapas[17]. Family Learning ger människor ökade möjligheter att investera i socialt kapital genom att delta i nätverk och skapa tillit och ömsesidighet. Ju mer socialt kapital som kan generas, desto mer finns det för alla i samhället att dra nytta av[13].

Ytliga nätverk kännetecknas av svaga band mellan personer ur olika grupper i samhället. Den typ av socialt kapital som bildas i sådana nätverk kallas överbryggande. [16, 19, 24]. Inom Family Learning kan sådana nätverk byggas då klasserna består av blandade etniciteter och åldrar. I resultatet lyfts bland annat fram fördelen att man kan få möjligheter inom arbetslivet när man känner människor från andra sociala sammanhang. Att ha kontakter i flera olika grupper i samhället ger individen bättre tillgång till information. Det kan också tillförsäkra individen hjälp och stöd vid behov. Ju större nätverk man har, ju fler människor man känner, desto större möjlighet att ge och ta emot socialt stöd. Det är också viktigt för människor att känna tillhörighet och gemenskap med andra. Det vi kallar Djupa nätverk mellan individer skapar det som betecknas sammanbindande socialt kapital[10, 19, 24]. I resultatet betonas att det känns skönt att få träffa sina vänner och få tala om hur man har det och få veta att vännerna mår bra. Det ger känslor av lättad och glädje. Family Learning inbjuder familjer att göra något gemensamt och att dela positiva erfarenheter. I resultatet framgår att det upplevs som en trygghet för föräldrar och barn att göra något tillsammans, veta var man har varandra och skapa goda minnen tillsammans. Vi anser att det knyter familjen närmare, gör familjen som nätverk mer stödjande och skapar därmed mer sammanbindande socialt kapital. Family Learning ger individer möjlighet att skapa djupa nätverk, nära vänner och sammanbindande socialt kapital. I nätverk där sammanbindande socialt kapital bildas kan individerna ge och få socialt stöd, känna tillhörighet och trygghet[15, 16, 19]. Det är inom nätverk där medlemmarna kan ge och ta socialt stöd som socialt kapital skapas [15]. Family Learning ger människor möjlighet att bygga ytliga och djupa nätverk, alltså är det en generator för socialt kapital.

### **Hälsofrämjande egenskaper, känsla av sammanhang och socialt kapital**

När det gäller vårt tema hälsofrämjande egenskaper anser vi att det sociala utbytet som det innebär att delta på Family Learning kan fungera som motivationskomponent. Detta då man har ett ställe att hämta socialt stöd ifrån och låta sina nätverk växa. Man får en ökad livsglädje som kan bidra till att man kan hantera sin vardag och orka. Att man kan få träffa andra, öppna sig, tala om sina känslor och besvär och få ett utbyte av erfarenhet gör att man blir berikad, inspirerad och motiverad, enligt våra informanter. Ett positivt socialt utbyte är en förutsättning för att socialt kapital ska kunna skapas. Det krävs att människor interagerar med varandra och att de får positiva känslor så att de vill fortsätta interagera med varandra. Det krävs också att de får en upplevelse av stöd och ömsesidighet i relationerna och att de kan känna tillit till varandra för att socialt kapital ska kunna skapas[15, 17, 23]. I resultatet tror vi oss kunna se att det sociala utbyte människor får genom att delta i Family Learning kan vara av det kapitalalstrande slaget.

Utvecklandet av en god självkänsla främjas av ett högt socialt kapital [15], därför anser vi att det är en indikator på att det finns socialt kapital i en grupp när många rapporterar ökad självkänsla. Självkänslan som våra informanter talar om kommer ur att man inte känner sig ensam, att man inte står utanför samhället, att man vågar känna tillit till andra

och att man kan ge och ta emot socialt stöd och hjälp, alltså ur att man upplever att man har ett socialt kapital. Vad innebär det att få en ökad självkänsla för hälsan? Kan det vara så att man genom att få en ökad självkänsla känner en större meningsfullhet i tillvaron som i sin tur påverkar möjligheterna till att se världen som hanterbar och begriplig. Family Learning kanske kan fungera som en buffert för att kunna upprätthålla sin känsla av sammanhang.

Socialt stöd är en effekt som kommer ur att ingå i ett nätverk. Deltagande i ett nätverk sätter människor i sådan relation till varandra att de kan ge och få materiell hjälp, råd, stöd och känslomässig uppbackning[13, 15, 25]. Tillit till andra är något som kommer ur stödjande nätverk. Individer lär sig att lita på andra och tro att de vill göra gott. Det uppstår ömsesidighet som gör att människor litar på varandra, tror varandra om gott, vill hjälpa och stödja varandra[23, 25]. Vi anser att Family Learning ger människor möjlighet att ingå i och skapa stödjande nätverk. Ur detta nätverk kan sedan stöd och tillit utvinnas vilka båda är viktiga komponenter till och drivkrafter bakom skapandet av socialt kapital[15, 23]

När vi ställde frågan till informanterna om de trodde att Family Learning kunde ha någon påverkan på närområdet var svaren tveksamma. Vi anser dock att vi i resultatet kan utläsa att Family Learning kan ha påverkan på närområdet. När man lär känna sina grannar kan socialt kapital skapas även genom nätverk med grannarna och grannskapet får ett kapital att nyttja. Genom att sprida glädje runt sig bland familj och vänner kan även de få del av det sociala kapital som skapas på Family Learning och det kanske underlättar och inspirerar till kapitalalstrande aktiviteter även i dessa nätverk. Allt detta anser vi vara indikatorer på att det skapats ett socialt kapital på Family Learning Center i Backa, som sprider sig i området och förhoppningsvis även till dem som inte är med i projektet. Än så länge anser vi att projektet är för litet för att man skall kunna utröna om hela bostadsområdets känsla av sammanhang har påverkats av projektet. Om det skulle växa och fler skulle delta anser vi att det har goda möjligheter att påverka KASAM på gruppnivå.

### **Vidare frågeställningar**

Huruvida känsla av sammanhang skapar hälsa eller om det är hälsa som ger KASAM dividerar forskningen om. Det går inte att säga i denna studie om Family Learning påverkar deltagarnas hälsa genom att bidra med ökat KASAM. Detta skulle kräva kvantitativa studier där man har möjlighet att kontrollera efter bias och confounders. Vi har dock fått ta del av människors upplevda erfarenheter om hur Family Learning har påverkat deras hälsa. Av vad vi kan tolka av detta så kan deras KASAM ha påverkats genom ökade positiva livserfarenheter som ger möjlighet att hantera vardag och göra den mer begriplig. Family Learning är också för några en arena som gör vardagen mer meningsfull.

Det talas om att efter 30 årsålder har personer ett stabilt KASAM[4]. Detta faktum har ifrågasatts i forskningen och vi har ifrågasatt om känsla av sammanhang inte kan byggas upp som en förebyggande åtgärd för bättre klara av stressfulla händelser. Även om en persons känsla av sammanhang är stabilt anser vi att Family Learning kan vara ett forum att upprätthålla sitt KASAM även under stressfulla händelser. Om än inte individers känsla av sammanhang kan påverkas så kanske barns, gruppers och familjers känsla av sammanhang påverkas genom deltagande i projektet.

Alla effekter av socialt kapital är inte goda, även negativa effekter kan uppstå. Samma band som knyter samman och öppnar möjligheter för vissa individer kan innebära utanförskap och hinder för andra. Deltagande i en grupp kan ibland innebära inskränkande av personlig frihet och autonomi när deltagande kräver konformitet. Det kan också, för vissa medlemmar innebära utarmning av resurser då de förväntas ställa upp för andra. Starka band inom grupper kan också innebära att omoraliska eller oetiska normer upprätthålls och förstärks[16, 22]. I en större studie kunde även dessa effekter ha inkluderats.

Family Learning är en mötesplats som, enligt vad som framkommer i resultatet, upplevs som öppen, informell och tillgänglig. Det framkommer också att Family Learningprojektet besitter en hel del egenskaper som verkar hälsofrämjande, kunskapsökande och bidragande till social interaktion. Trots att fördelarna med att delta i Family Learningprojektet verkar vara genomgående i resultatet, frågar vi oss om dess effekter är unika för Family Learning, eller om de hade uppnåtts i vilken kursverksamhet eller knypunkt som helst. Att träffa vänner eller knyta ytliga vänskapsband är nog i sig inget speciellt för Family Learning, vilket även påpekas i resultatet. Vi tror att det Family Learning kan erbjuda, som inte många andra kursverksamheter eller knypunkter kan är ett möte över generations- och nationalitetsgränser och en öppen och informell känsla. Det leder till en speciell stämning i grupperna som resulterar i en möjlig utveckling av KASAM och socialt kapital genom utökade möjligheter att bygga nätverk och öka sin självkänsla.

## Konklusion

Vi har funnit olika aspekter som kan tyda på att socialt kapital skapas genom deltagande i Family Learning. Även resultatet tyder på att deltagare och ledare känner ett upprätthållande av känsla av sammanhang och även att den eventuellt styrks. Vi anser det är möjligt att socialt kapital och KASAM kan bidra till en bättre självskattad hälsa efter deltagande på Family Learning. Vi kunde även finna i resultatet aspekter som tyder på att människor begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet stärks av deltagande i Family Learning. Vilket indikerar på att personers känsla av sammanhang kan påverkas av deltagande.

Enligt den definition av socialt kapital som vi utgått ifrån[13] anser vi oss kunna dra följande slutsats: socialt kapital kan utvecklas genom Family Learning eftersom det skapar möjligheter att bilda nätverk i samhället och inbjuder individer att delta i dessa nätverk. Family Learning bidrar till att deltagarna känner större lokal identitet och solidaritet eftersom de lär känna fler och har något gemensamt som de kan engagera sig i. Family Learning kan även bidra till ökad jämlikhet mellan människor i området eftersom deltagande kan hjälpa individer att integreras i samhället och bidra till ökad hälsa. Deltagande i Family Learning gör att människor känner tillit och ömsesidighet till varandra och kan ge och få hjälp och stöd.

Vi gjorde en explorativ studie för att undersöka om känsla av sammanhang och socialt kapital kunde påverkas av deltagande i Family Learning. För att få våra resultat verifierade krävs ytterligare studier.

# Referenser

- [1] Lindström B. Antonovsky och salutogenensen i den postmoderna folkhälsovetenskapen. In: Kumlin T, ed. *Känsla av sammanhang i teori, empiri och kritik*. Uppsala: Forskningsrådsnämnden 1998.
- [2] Beaglehole R, Bonita R. Public Health at the Crossroads. Achievements and Prospects. Second ed. Cambridge: Cambridge University Press 2004.
- [3] Geyer S. Some conceptual considerations on the sense of coherence. Soc Sci Med. 1997 Jun;44(12):1771-9.
- [4] Nilsson B. Vad betyder känslan av sammanhang i våra liv? Aspekter på stabilitet, kön och psykosociala faktorer. Umeå: Department of public health and clinical medicine; 2002.
- [5] Antonovsky A. Hälsans Mysterium. Köping: Natur och Kultur 1991.
- [6] Lundberg O. Childhood conditions, sense of coherence, social class and adult ill health: exploring their theoretical and empirical relations. Soc Sci Med. 1997 Mar;44(6):821-31.
- [7] Lundberg O. "Känsla av sammanhang" ur ett befolkningsperspektiv. In: Kumlin T, ed. *Känsla av sammanhang i teori, empiri och kritik*. Uppsala: Forskningsrådsnämnden 1998.
- [8] Näsman E. Känsla av sammanhang i ett familjeperspektiv. In: Kumlin T, ed. *Känsla av sammanhang i teori, empiri och kritik*. Uppsala: Forskningsrådsnämnden 1998.
- [9] Kivimäki M, Feldt T, Vahtera J, Nurmi JE. Sense of coherence and health: evidence from two cross-lagged longitudinal samples. Soc Sci Med. 2000 Feb;50(4):583-97.
- [10] Eriksson M, Lindström B. Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: a systematic review. J Epidemiol Community Health. 2006 May;60(5):376-81.
- [11] Sjöström H, Langius-Eklöf A, Hjertberg R. Well-being and sense of coherence during pregnancy. Acta Obstet Gynecol Scand. 2004 Dec;83(12):1112-8.
- [12] Söderfeldt M, Söderfeldt B, Ohlsson C-G, Theorell T, Jones I. The impact of sense of coherence and high-demand/low-control job environment on self-reported health, burnout and psychological stress indicators. Work and Stress. 2000;14(1):1-15.
- [13] Putnam R. Den ensamme bowlaren. Stockholm: SNS Förlag 2001.
- [14] Hawe P, Shiell A. Social capital and health promotion: a review. Soc Sci Med. 2000 Sep;51(6):871-85.



- [15] Cambell C, Wood R, Kelly M. Social Capital and Health. London: Health Education Authority; 1999.
- [16] Eriksson M. Socialt kapital, teori, begrepp och mätning - en kunskapsöversikt med fokus på folkhälsa. Umeå: Institutionen för epidemiologi och folkhälsa; 2003.
- [17] Rothstein B. Sociala fällor och tillitens problem. Stockholm: SNS Förlag 2003.
- [18] Aspers P. Socialt kapital, dygder och hälsa. In: Eriksson C, ed. *Sociala skyddsnät och socialt kapital*. Uppsala: Forskningsrådsnämnden 2001.
- [19] Field J. Social Capital. London: Routledge 2003.
- [20] Harpman T, Grant E, Thomas E. Measuring social capital within health surveys: key issues. *Health Policy and Planning*. 2002;17(1):106-11.
- [21] Bolin K, Lindgren B, Lindstrom M, Nystedt P. Investments in social capital-implications of social interactions for the production of health. *Soc Sci Med*. 2003 Jun;56(12):2379-90.
- [22] Macinko J, Starfield B. The Utility of Social Capital in Research on Health Determinants. *The Milbank Quarterly*. 2001;79(3):387-427.
- [23] Östergren P-O. Socialt kapital och hälsa. In: Eriksson C, ed. *Sociala skyddsnät och socialt kapital*. Uppsala: Forskningsrådsnämnden 2001.
- [24] Kim D, Subramanian SV, Kawachi I. Bonding versus bridging social capital and their associations with self rated health: a multilevel analysis of 40 US communities. *J Epidemiol Community Health*. 2006 Feb;60(2):116-22.
- [25] Lundborg P. Social capital and substance use among Swedish adolescents-an explorative study. *Soc Sci Med*. 2005 Sep;61(6):1151-8.
- [26] Sundquist K, Lindstrom M, Malmstrom M, Johansson SE, Sundquist J. Social participation and coronary heart disease: a follow-up study of 6900 women and men in Sweden. *Soc Sci Med*. 2004 Feb;58(3):615-22.
- [27] Markku T, Hyypä M, Mäki J. Individual-level relationships between social capital and self-rated health in a bilingual community. *Preventive Medicine*. 2001; 32:148-155.
- [28] Lindström M, Isacson S-O, Elmsthål S. Impact of different aspects of social participation and social capital on smoking cessation among daily smokers: a longitudinal study. *Tobacco Control*. 2003;12:274-81.
- [29] Kawachi I, Kennedy BP, Glass R. Social capital and self-rated health: a contextual analysis. *Am J Public Health*. 1999 Aug;89(8):1187-93.

- [30] Kawachi I, Kennedy BP, Lochner K, Prothrow-Stith D. Social capital, income inequality, and mortality. *Am J Public Health*. 1997 Sep;87(9):1491-8.
- [31] Lindström M, Moghaddassi M, Bolin K, Lindgren B, Merlo J. Social participation, social capital and daily tobacco smoking: a population-based multilevel analysis in Malmo, Sweden. *Scand J Public Health*. 2003;31(6):444-50.
- [32] Lindström M, Merlo J, Östergren P. Social capital and sense of insecurity in the neighbourhood: a population-based multilevel analysis in Malmö, Sweden. *Social Science & Medicine*. 2003;56:1111-20.
- [33] Sundquist J, Johansson SE, Yang M, Sundquist K. Low linking social capital as a predictor of coronary heart disease in Sweden: a cohort study of 2.8 million people. *Soc Sci Med*. 2006 Feb;62(4):954-63.
- [34] Lofors J, Sundquist K. Low-linking social capital as a predictor of mental disorders: a cohort study of 4.5 million Swedes. *Soc Sci Med*. 2007 Jan;64(1):21-34.
- [35] Skrabski A, Kopp M, Kawachi I. Social capital in a changing society: cross sectional associations with middle aged female and male mortality rates. *J Epidemiol Community Health*. 2003;57:114-9.
- [36] Skrabski A, Kopp M, Kawachi I. Social capital and collective efficacy in Hungary: cross sectional associations with middle aged female and male mortality rates. *J Epidemiol Community Health*. 2004 Apr;58(4):340-5.
- [37] Sörensson A, K. Family Learning 2005/2006, Studieförbundet Vuxenskolan i Göteborg sammanfattande lägesrapport. Göteborg: Institutionen för pedagogik och didaktik; 2006.
- [38] Paget B. Informationssamtal om Family Learning. Göteborg 2007-04-10.
- [39] Statistikgruppen. 412 Backa In: Göteborgsbladet, ed. Göteborg: Göteborgs stadskansli 2006.
- [40] Statistikgruppen. Göteborg stad. In: Göteborgsbladet, ed. Göteborg: Göteborgs stadskansli 2006.
- [41] Statistikgruppen. 409 Skogome. In: Göteborgsbladet, ed. Göteborg: Göteborgs stadskansli 2006.
- [42] Statistikgruppen. 410 Brunnsbo. In: Göteborgsbladet, ed. Göteborg: Göteborgs stadskansli 2006.
- [43] Statistikgruppen. 413 Skälltorp. In: Göteborgsbladet, ed. Göteborg: Göteborgs stadskansli 2006.
- [44] Statistikgruppen. SDN 20 Backa. In: Göteborgsbladet, ed. Göteborg: Göteborgs stadskansli 2006.

- [45] Wallin J. Föräldrars ansvar den stora frågan. Göteborgsposten. 2007 070329.
- [46] Whalberg P. Backaungdomar vågar inte vittna. Göteborgsposten. 2007 070328.
- [47] Isemo A. Backasatsning mot ungdomsbrott. Göteborgs Posten. 2007 070411.
- [48] Maupoix N. Olaglig sprit säljs öppet till unga. Göteborgsposten. 2007 070406.
- [49] Olausson P. Man knivskars i servicebutik. Göteborgs-Posten. 2007 070508.
- [50] Wibeck V. Fokusgrupper: Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod. Lund: Studentlitteratur 2000.
- [51] Graneheim UH, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. Nurse Education Today 2004;24(2):105-12.

# Bilaga 1

## Frågemall till fokusgruppsintervjuer

### Introduktion

Vi heter Jessica Gustavsson och Anna Beata Brunsell och läser folkhälsovetenskapliga programmet på Göteborgs universitet. På vårt program studerar vi hälsa ur ett samhällsperspektiv och tittar på vad det är i samhället som gör att folk är friska och vad det är som kan göra dem sjuka. Vi har nu kommit så långt som till det tredje året i vår utbildning och då ska vi göra ett ganska omfattande eget arbete för att få användning för de kunskaper vi tillägnat oss och få visa vad vi kan.

### Öppningsfrågor

- Namn och ålder
- Hur länge har du deltagit/varit ledare i Family Learning? Vilka kurser har du deltagit i/varit ledare för?

### Introduktionsfrågor

Vi är intresserade av sociala relationer och vad de betyder för människors hälsa och möjlighet att må bra i lokalsamhället. När vi kom i kontakt med Family Learningprojektet tyckte vi att det verkade intressant att studera eftersom vi såg att det kunde utgöra en plattform för skapandet av sociala kontakter mellan människor. Vi vill studera Family Learningprojektet för att få möjlighet att titta på hur sociala kontakter kan skapas mellan deltagarna och vad det har för betydelse för deras hälsa och livssituation.

På vilket sätt tror ni att Family Learning kan vara en plats för utvecklandet av sociala kontakter?

På vilket sätt tror ni att Family Learning kan påverka hälsan hos deltagarna/ledarna?

### Nyckelfrågor

Vi är nyfikna på vad FL kan betyda för den enskilda individen. Hur en persons självkänsla kan förändras genom deltagande i FL.

Vad har FL betytt för er?

- Vad tror ni man kan lära sig av att delta i Family Learning?
- På vilket sätt kan deltagande i Family Learning hjälpa en i vardagen? Tror ni det man lär sig på Family Learning kan hjälpa en att tänka på ett nytt sätt? Att förstå saker på ett annat sätt?

- På vilket sätt tror ni Family Learning påverkar deltagarnas syn på sig själva och sitt liv?
- Hur känner ni er efter ett kurstillfälle?

Vi är inte bara intresserade av hur enskilda personer påverkas av FL projektet utan också hur kontakterna mellan deltagarna utvecklas.

- Vad har FL för betydelse för deltagarnas vänskapskrets? Fler vänner? Mer nära vänner?
- 
- Hur kan Family Learning bidra till att deltagarna träffar andra som kan ställa upp om man behöver hjälp?
- 
- På vilket sätt skulle deltagande i FL kunna göra så att man träffar fler människor man kan lita på?
- 
- På vilket sätt skulle Family Learning kunna göra så att man känner sig mer delaktig i och ansvarig för sitt bostadsområde?

### **Avslutning**

- Sammanfatta vad personerna kommit fram till under diskussionen och ge gruppen en möjlighet att kommentera och bekräfta (eller motsätta sig).
- Finns det något mer som ni vill tillägga?
- Tack för ert deltagande! Ni har hjälpt oss mycket! Vi kommer att skicka ett exemplar av rapporten till Family Learning center när den är klar så att ni kan få tillfälle att läsa den.